







GIST 제1학생식당 주간식단표

* 상기 식단은 시장 수급 상황 또는 식당 사정에 따라 달라질 수 있습니다.*

2021년 10월 한빛케터링

	10월 18일(월)	10월 19일(화)	10월 20일(수)	10월 21일(목)	10월 22일(금)
					
 조식	흑미밥 들깨미역국 스크램블에그 목메란장조림 연두부*양념장 오이지무침 배추김치 시리얼*우유 토스트*잼 야채샐러드*D	흑미밥 시래기된장국 달걀후라이 돼지불고기 도시락김 간장깻잎지 배추김치 시리얼*우유 토스트*잼 야채샐러드*D	흑미밥 얼큰김치국 스크램블에그 떡고기산적야채볶음 명엽채간장볶음 김자반무침 배추김치 시리얼*우유 토스트*잼 야채샐러드*D	흑미밥 팽이된장국 달걀후라이 미니돈까스*소스 김자반 땅콩조림 배추김치 시리얼*우유 토스트*잼 야채샐러드*D	흑미밥 복어두부국 스크램블에그 치킨너겟*머스타드 들깨구나물 간장깻잎지 배추김치 시리얼*우유 토스트*잼 야채샐러드*D
 중식	흑미밥 들깨미역국 시래기등뼈찜 동그랑땡 야채쫄면 오복지무침 배추김치	흑미밥 시래기된장국 깻잎닭볶음탕 건새우호박볶음 오이무침 마늘쫄무침 배추김치	흑미밥 김치수제비국 단호박돼지볶음 브로콜리베이컨볶음 숙주나물 땅콩조림 배추김치	흑미밥 팽이두부된장국 해물짜장소스 미니탕수육, 탕수소스 분홍소세지 간장깻잎지 배추김치	흑미밥 복어두부국 숯불제육볶음 그린빈감자채볶음 상추겉절이 오복지 배추김치
 정식					
 일품	잔치국수 대패삼겹살구이	김치찌개 계란후라이	수제햄버거 감자튀김	갈비찜덮밥 미니장국	오므라이스 미니장국
 석식	흑미밥 파송송어묵국 순살돈까스 하이라이스 콩나물무침 땅콩조림 배추김치	흑미밥 팽이계란국 청양고추돼지볶음 참치두부조림 얼갈이겉절이 오복지무침 배추김치	흑미밥 매콤콩나물국 매운김치닭찜 파리감자양념조림 견과류잔멸치볶음 양념깻잎지 깍두기	흑미밥 유부장국 돼지고추장짜글이 미니찜빵 쥐어채볶음 오복지무침 배추김치	흑미밥 바지락살미역국 떡갈비야채볶음 만두치킨강정 도시락김 마늘쫄무침 배추김치

★ 원산지 표시 ★

쇠고기(호주산), 돈육(국내산), 돈등뼈(수입산), 삼겹살(독일산), 고등어(국내산), 김치(배추, 고춧가루:중국산)닭(국내산), 쌀(국내산), 두부(대두:수입산)

★ 알레르기 유발식품 (Allergy-induced food labelling guidance) ★

①난류(egg), ②우유(milk), ③메밀(buckwheat), ④대두(soybean), ⑤땅콩(peanut), ⑥밀(wheat), ⑦새우(shrimp), ⑧돼지고기(pork), ⑨닭고기(chicken), ⑩쇠고기(beef), ⑪오징어(squid), ⑫고등어(mackerel) ⑬조개류(shellfish) ⑭토마토(tomato) ⑮아황산염(sulphite)

토마늘재고 편썰어서 튀겨서 수요일 간장불고기 고명으로

10일 10명식사(점심 추가식)

찐만두

순살탕수육강정

양상추샐러드*소스

컵음료(포도) 11개

11일 12명식사(점심 추가식)

토마토스파게티

생선까스*소스

양상추샐러드*소스

캔음료 13개

10일 9명식사(만원 저녁 추가식)

생선(가자미) 1.5K

양념치킨(가라아게*양념치킨소스*땅콩분태)

양상추샐러드*소스

캔커피 10개

11일12명(만원 저녁추가식)

생선(고등어)카레구이*2K

순살돈까스*소스

양상추샐러드*소스

컵음료(포도) 13개